

2月19日			2月20日			2月24日		
【献立名】	食品名	1人分量	【献立名】	食品名	1人分量	【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】			【シシリアンライス】			【ご飯】		
水稲穀粒(精白米)	80		水稲穀粒(精白米)	80		水稲穀粒(精白米)	80	
強化米(鉄分プラス)	0.24		強化米(鉄分プラス)	0.24		強化米(鉄分プラス)	0.24	
【牛乳】			牛モモ肉	60		【牛乳】		
牛乳	1		ごま(いり)	1.5		牛乳	1	
			すりごま	0.5				
【さわらのフライ】			国産おろしにんにく	0.2		【タンドリーチキン】		
さわらフライ	1		りんごピューレ	2		鶏モモ肉	1	
			たまねぎ	2		ブロンディクス ブレンドケルト	3	
			こいくちしょうゆ	0.8		国産おろしにんにく	0.3	
白絞油	5		清酒(上撰)	1		国産おろししょうが	0.3	
			本みりん	0.5		トマトピューレ	3	
			三温糖	0.4		こいくちしょうゆ	0.4	
			たまねぎ	25		ウスターソース	0.5	
【冬野菜のマヨネーズあえ】			サラダ油	0.5		カレー粉	0.2	
まぐろ油漬け	15		ウスターソース	0.8		白ワイン	0.5	
ブロッコリー	20		こいくちしょうゆ	1		食塩	0.1	
にんじん	6		食塩	0.1		こしょう混合	0.01	
キャベツ	12		こしょう混合	0.01		薄力粉	0.8	
スライスれんこん	16		【牛乳】			サラダ油	1.5	
ホルモンカーネ(ｽﾊﾞｰｽｲｰﾄ)	6		牛乳	1				
ノンエッグマヨネーズタイプ	7		【サラダ】			【れんこんのソテー】		
りんご酢	1.5		冷凍枝豆むき身	6		スライスれんこん	18	
食塩	0.1		きゅうり	10		カットベーコン	5	
こしょう混合	0.01		国産小松菜カット	15		キャベツ	14	
			赤パプリカ	4		にんじん	6	
【根菜の味噌汁】			りょくとうもやし	15		ホルモンカーネ(ｽﾊﾞｰｽｲｰﾄ)	5	
(冷)乱切り里芋	15		りんご酢	1		うすくちしょうゆ	2	
だいこん	10		食塩	0.1		白ワイン	0.8	
国産ささがきごぼう	5		こしょう混合	0.01		サラダ油	0.3	
にんじん	5		【パスタスープ】			こしょう混合	0.01	
たまねぎ	10		鶏モモ肉	5				
中ねぎ	3		スパゲティ(カット)	8		【ほうれん草のスープ】		
いりこ 未選別	1		たまねぎ	12		おさかなソーゼージ プチット	8	
花かつお	1		カットほうれん草	8		冷凍ほぐしエビ茸	5	
合わせみそ	8		にんじん	5		たまねぎ	14	
			とりがらスープ	3		にんじん	5.36	
			食塩	0.3		カットほうれん草	10	
			こしょう混合	0.01		とりがらスープ	3	
			白ワイン	1		うすくちしょうゆ	1.5	
			うすくちしょうゆ	0.8		白ワイン	0.3	
			サラダ油	0.3		食塩	0.2	
			【一食マヨネーズ】			こしょう混合	0.01	
			一食卵なしマヨネーズ			サラダ油	0.3	

2月25日			2月26日			2月27日		
【献立名】	食品名	1人分量	【献立名】	食品名	1人分量	【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】			【少なめご飯】			【ご飯】		
水稲穀粒(精白米)	80		水稲穀粒(精白米)	65		水稲穀粒(精白米)	80	
強化米(鉄分プラス)	0.24		強化米(鉄分プラス)	0.2		強化米(鉄分プラス)	0.24	
【牛乳】			【牛乳】			【牛乳】		
牛乳	1		牛乳	1		牛乳	1	
【ハンバーグ 和風ソース】			【きつねうどん】			【白身魚の香草あげ】		
豚ひき肉	20		国産カット油揚げ	12		白身魚の香草フライ	1	
牛ひき肉	35		鶏モモ肉	12				
ソテーオニオン	25		鶏胸肉	12				
まめプラスM(ミンチ)	1		たまねぎ	14				
とりがらスープ	1		清酒(上撰)	0.5		白絞油	6	
かたくり粉	0.5		三温糖	0.6				
うすくちしょうゆ	0.5		こいくちしょうゆ	1.5		【荳わかめの炒め煮】		
清酒(上撰)	0.5		本みりん	0.5		冷 細切りくきわかめ	10	
食塩	0.1		国産小麦のカットうどん	60		にんじん	8	
水	2		椎茸国産細切スライス	0.8		豚モモ	8	
こいくちしょうゆ	1		冷凍かまぼこ	5		プチさつまあげ(ｽﾗｲｽ)	5	
うすくちしょうゆ	0.5		中ねぎ	2		突きこんにゃく(白)	5	
清酒(上撰)	0.5		食塩	0.25		冷凍 干切ごぼう	12	
本みりん	0.5		うすくちしょうゆ	2.2		こいくちしょうゆ	2.2	
三温糖	0.5		こいくちしょうゆ	0.5		清酒(上撰)	0.6	
かたくり粉	0.5		本みりん	0.5		本みりん	0.4	
【彩り野菜のドレッシング あえ】			だし昆布	1		三温糖	0.4	
キャベツ	20		花かつお	1.5		すりごま	0.5	
カットほうれん草	20					サラダ油	0.5	
りょくとうもやし	12							
ホルモンカーネ(ｽﾊﾞｰｽｲｰﾄ)	5		【炒り卵と野菜のごまあえ】			【キャベツと厚揚げの味噌汁】		
カラフルマリネ	6		ふんわり炒りたまご	10		冷 ミニ絹厚揚げ	20	
和風ドレッシング(ﾃﾞﾘｼﾞｯｼﾞ)Q	4.5		冷凍枝豆むき身	6		キャベツ	14	
食塩	0.1		キャベツ	20		冷凍ほぐしエビ茸	5	
【のっぺい汁】			きゅうり	10		たまねぎ	12	
鶏モモ肉	6		カットほうれん草	12		中ねぎ	3	
だいこん	16		食塩	0.1		いりこ 未選別	1	
にんじん	6		香りごまドレッシング	4.5		花かつお	1	
国産ささがきごぼう	8		すりごま	0.55		合わせみそ	8	
椎茸国産細切スライス	0.2							
突きこんにゃく(黒)	10		【ひじきの佃煮】					
中ねぎ	3							
花かつお	1							
だし昆布	1							
うすくちしょうゆ	2.5		しそひじき 一食	1				
食塩	0.25							
清酒(上撰)	0.9							
サラダ油	0.3							

2月2日			2月3日			2月4日		
【献立名】	食品名	1人分量	【献立名】	食品名	1人分量	【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】			【ご飯】			【手巻きごはん】		
水稻穀粒(精白米)		80	水稻穀粒(精白米)		80	水稻穀粒(精白米)		80
強化米(鉄分プラス)		0.24	強化米(鉄分プラス)		0.24	強化米(鉄分プラス)		0.24
			【牛乳】					
【牛乳】			牛乳		1	手巻き焼のり		1
牛乳		1						
			【いわしのみぞれ煮】			厚焼玉子(学 手巻芯用)		2
【鶏肉の照り焼き】			いわしのみぞれ煮		1			
鶏モモ肉		55						
国産おろししょうが		0.3				【牛乳】		
国産おろしにんにく		0.1				牛乳		206
清酒(上撰)		1	【野菜のカレーいため】					
食塩		0.1	かわさきみ水無添加(トト)		18			
			キャベツ		18	【ツナサラダ】		
こいくちしょうゆ		1.8	りょくとうもやし		15	まぐろ油漬け		15
本みりん		0.7	カットほうれん草		18	キャベツ		22
三温糖		0.7	ホルンカーネル(スーパーソフト)		5	きゅうり		10
かたくり粉		0.15	サラダ油		0.3	ノンイグマヨネーズタイプ		4
			こいくちしょうゆ		1.5	青じそドレッシング		2
【こんにゃくのおかか炒め】			穀物酢		0.2			
かつお節		0.8	カレー粉(辛くないカレー粉)		0.2			
突きこんにゃく(黒)		15	食塩		0.1	【豚汁】		
たけのこ(水煮缶詰)		6				豚モモ		10
にんじん		10	【すいとん】			(冷)乱切り里芋		25
椎茸国産細切スライス		0.5	すいとん		23	国産ささがきごぼう		10
本みりん		0.5	国産カット油揚げ		3	国産ささがきごぼう		10
こいくちしょうゆ		0.8	国産ささがきごぼう		7	はくさい		8
うすくちしょうゆ		0.3	だいこん		8	だいこん		10
こしょう混合		0.01	にんじん		5.36	にんじん		5
サラダ油		0.3	中ねぎ		3	中ねぎ		2
			椎茸国産細切スライス		0.5	いりこ 未選別		1
【つみれ汁】			だし昆布		1	花かつお		1
いわしボール		20	花かつお		1	合わせみそ		8
だいこん		15	清酒(上撰)		1			
国産ささがきごぼう		10	うすくちしょうゆ		2.2	サラダ油		0.3
たまねぎ		15	食塩		0.3			
冷凍ほぐしエノキ茸		8	本みりん		0.6			
中ねぎ		2	サラダ油		0.3			
サラダ油		0.3						
いりこ 未選別		1						
花かつお		1						
合わせみそ		8						

2月5日			2月6日			2月9日		
【献立名】	食品名	1人分量	【献立名】	食品名	1人分量	【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】			【ご飯】			【ご飯】		
水稻穀粒(精白米)		80	水稻穀粒(精白米)		80	水稻穀粒(精白米)		80
強化米(鉄分プラス)		0.24	強化米(鉄分プラス)		0.24	強化米(鉄分プラス)		0.24
【牛乳】						【牛乳】		
牛乳		1	【牛乳】			牛乳		206
			牛乳		1			
【おでん】			【鮭の玄米フレーク】			【豚キムチ】		
鶏モモ肉		20	さけ 40g		1	豚モモ		20
豆ちくわ		20	食塩		0.1	豚ロース(脂身付き)		30
だいこん		30	こしょう混合		0.01	りょくとうもやし		15
(冷)里芋		20	うすくちしょうゆ		1	にら		4
冷凍厚揚げ		20	清酒(上撰)		0.8	にんじん		8
三角こんにゃく		20	薄力粉		4	はくさい(キムチ漬け)		10
うずら卵水煮(トト)200卵		30	玄米フレーク		9	はくさい		10
とりがらスープ		3	白紋油		6	きくらげ(スライス)		0.5
焙煎昆布パウダー		0.35				国産おろしにんにく		0.2
こいくちしょうゆ		0.9	【じゃがいものきんぴら】			清酒(上撰)		0.2
うすくちしょうゆ		2.4	豚モモ		5	三温糖		0.2
本みりん		0.8	じゃがいも		18	こいくちしょうゆ		0.5
清酒(上撰)		1	突きこんにゃく(白)		12	調合赤だしみそ		0.5
			冷凍 千切ごぼう		7	合わせみそ		0.5
【磯和え】			にんじん		6	かたくり粉		0.4
カットほうれん草		16	冷凍枝豆むき身		5	サラダ油		0.3
にんじん		5	こいくちしょうゆ		2	ごま油		0.4
キャベツ		17	本みりん		0.8	【鶏だんごスープ】		
りょくとうもやし		18	三温糖		0.8	桜島どり肉団子		20
きざみのり		0.5	清酒(上撰)		0.5	緑豆はるさめ		3.5
上白糖		0.6	サラダ油		0.3	たまねぎ		12
こいくちしょうゆ		1.2	ごま(いり)		0.55	にんじん		6
本みりん		0.3	【わかめと玉葱の味噌汁】			たけのこ(水煮缶詰)		4
食塩		0.1	冷凍豆腐		20	中ねぎ		3
【ふりかけ】			たまねぎ		12	とりがらスープ		3
さけばっぱ		1	カットわかめ		0.5	うすくちしょうゆ		1.5
			中ねぎ		2.78	食塩		0.3
			いりこ 未選別		1	こしょう混合		0.01
			花かつお		1	清酒(上撰)		0.3
			合わせみそ		8	こいくちしょうゆ		0.4
						サラダ油		0.3

2月19日			2月20日			2月24日		
【献立名】	食品名	1人分量	【献立名】	食品名	1人分量	【献立名】	食品名	1人分量
【シリアンライス】			【ご飯】			【ご飯】		
水稲穀粒(精白米)	80		水稲穀粒(精白米)	80		水稲穀粒(精白米)	80	
強化米(鉄分プラス)	0.24		強化米(鉄分プラス)	0.24		強化米(鉄分プラス)	0.24	
牛モモ肉	60		【牛乳】			【牛乳】		
ごま(いり)	1.5		牛乳	1		牛乳	1	
すりごま	0.5							
国産おろしにんにく	0.2		【タンダーチキン】			【さわらのフライ】		
りんごピューレ	2		鶏モモ肉	1		さわらフライ	1	
たまねぎ	2		フロバ イチゴス プレノンヨーグルト	3				
こいくちしょうゆ	0.8		国産おろしにんにく	0.3				
清酒(上撰)	1		国産おろししょうが	0.3		白絞油	5	
本みりん	0.5		トマトピューレ	3				
三温糖	0.4		こいくちしょうゆ	0.4				
たまねぎ	25		ウスターソース	0.5		【冬野菜のマヨネーズあえ】		
サラダ油	0.5		カレー粉	0.2		まぐろ油漬け	15	
ウスターソース	0.8		白ワイン	0.5		プロッコリー	20	
こいくちしょうゆ	1		食塩	0.1		にんじん	6	
食塩	0.1		こしょう混合	0.01		キャベツ	12	
こしょう混合	0.01		薄力粉	0.8		スライスれんこん	16	
【牛乳】			サラダ油	1.5		ホルゴンカーネル(スーパーサイト)	6	
牛乳	1					ノエッグ マヨネーズ タイプ	7	
【サラダ】			【れんこんのソテー】			りんご酢	1.5	
冷凍枝豆むき身	6		スライスれんこん	18		食塩	0.1	
きゅうり	10		カットベーコン	5		こしょう混合	0.01	
国産小松菜カット	15		キャベツ	14				
赤パブリカ	4		にんじん	6		【根菜の味噌汁】		
りょくとうもやし	15		ホルゴンカーネル(スーパーサイト)	5		(冷) 乱切り里芋	15	
りんご酢	1		うすくちしょうゆ	2		だいこん	10	
食塩	0.1		白ワイン	0.8		国産ささがきごぼう	5	
こしょう混合	0.01		サラダ油	0.3		にんじん	5	
【パスタスープ】			こしょう混合	0.01		たまねぎ	10	
鶏モモ肉	5					中ねぎ	3	
スパゲティ(カット)	8		【ほうれん草のスープ】			いりこ 未選別	1	
たまねぎ	12		おさかなソーゼージ ブリケット	8		花かつお	1	
カットほうれん草	8		冷凍ほぐしエノキ茸	5		合わせみそ	8	
にんじん	5		たまねぎ	14				
とりがらスープ	3		にんじん	5.36				
食塩	0.3		カットほうれん草	10				
こしょう混合	0.01		とりがらスープ	3				
白ワイン	1		うすくちしょうゆ	1.5				
うすくちしょうゆ	0.8		白ワイン	0.3				
サラダ油	0.3		食塩	0.2				
【一食マヨネーズ】			こしょう混合	0.01				
一食卵なしマヨネーズ			サラダ油	0.3				

2月25日			2月26日			2月27日		
【献立名】	食品名	1人分量	【献立名】	食品名	1人分量	【献立名】	食品名	1人分量
【少なめご飯】			【ご飯】			【ご飯】		
水稲穀粒(精白米)	65		水稲穀粒(精白米)	80		水稲穀粒(精白米)	80	
強化米(鉄分プラス)	0.2		強化米(鉄分プラス)	0.24		強化米(鉄分プラス)	0.24	
【牛乳】						【牛乳】		
牛乳	1					牛乳	1	
			【牛乳】			【ハンバーグ 和風ソース】		
			牛乳	1		豚ひき肉	20	
【きつねうどん】						牛ひき肉	35	
国産カット油揚げ	12		【白身魚の香草あげ】			ソーテオニオン	25	
鶏モモ肉	12		白身魚の香草フライ	1		まめプラスM(ミンチ)	1	
鶏胸肉	12					とりがらスープ	1	
たまねぎ	14					パン粉	1	
清酒(上撰)	0.5		白絞油	6		かたくり粉	0.5	
三温糖	0.6					うすくちしょうゆ	0.5	
こいくちしょうゆ	1.5		【茎わかめの炒め煮】			清酒(上撰)	0.5	
本みりん	0.5		冷 細切りくきわかめ	10		食塩	0.1	
			にんじん	8		水	2	
国産小麦のカットうどん	60		豚モモ	8		こいくちしょうゆ	1	
椎茸国産細切スライス	0.8		ブチさつまあげ(スライス)	5		うすくちしょうゆ	0.5	
冷凍かまぼこ	5		突きこんにやく(白)	5		清酒(上撰)	0.5	
中ねぎ	2		冷凍 千切ごぼう	12		本みりん	0.5	
食塩	0.25		こいくちしょうゆ	2.2		三温糖	0.5	
うすくちしょうゆ	2.2		清酒(上撰)	0.6		かたくり粉	0.5	
こいくちしょうゆ	0.5		本みりん	0.4		【彩り野菜のドレッシング あえ】		
本みりん	0.5		三温糖	0.4		キャベツ	20	
だし昆布	1		すりごま	0.5		カットほうれん草	20	
花かつお	1.5		サラダ油	0.5		りょくとうもやし	12	
						ホルゴンカーネル(スーパーサイト)	5	
			【キャベツと厚揚げの味噌汁】			カラフルマリネ	6	
【炒り卵と野菜のごまあえ】			冷 ミニ絹厚揚げ	20		和風ドレッシング(デリシヤス)Q	4.5	
ふんわり炒りたまご	10		キャベツ	14		食塩	0.1	
冷凍枝豆むき身	6		冷凍ほぐしエノキ茸	5		【のっぺい汁】		
キャベツ	20		たまねぎ	12		鶏モモ肉	6	
きゅうり	10		中ねぎ	3		だいこん	16	
カットほうれん草	12		いりこ 未選別	1		にんじん	6	
食塩	0.1		花かつお	1		国産ささがきごぼう	8	
香りごまドレッシング	4.5		合わせみそ	8		椎茸国産細切スライス	0.2	
すりごま	0.55					突きこんにやく(黒)	10	
						中ねぎ	3	
【ひじきの佃煮】						花かつお	1	
						だし昆布	1	
しそひじき 一食	1					うすくちしょうゆ	2.5	
						食塩	0.25	
						清酒(上撰)	0.9	
						サラダ油	0.3	